

D-316

200

Regum

AEH-



YALE MEDICAL LIBRARY

Bequest of 1939

4770

nt der Ge-  
and/Dem  
/Wie der  
6 leaves.  
Vellum.  
Wiegen-  
it re-  
aische  
ular  
col-  
laity  
off,  
which  
this  
which  
ous  
fort  
he  
ce-  
ne  
od  
in

(Augsburg, ca. 1495)

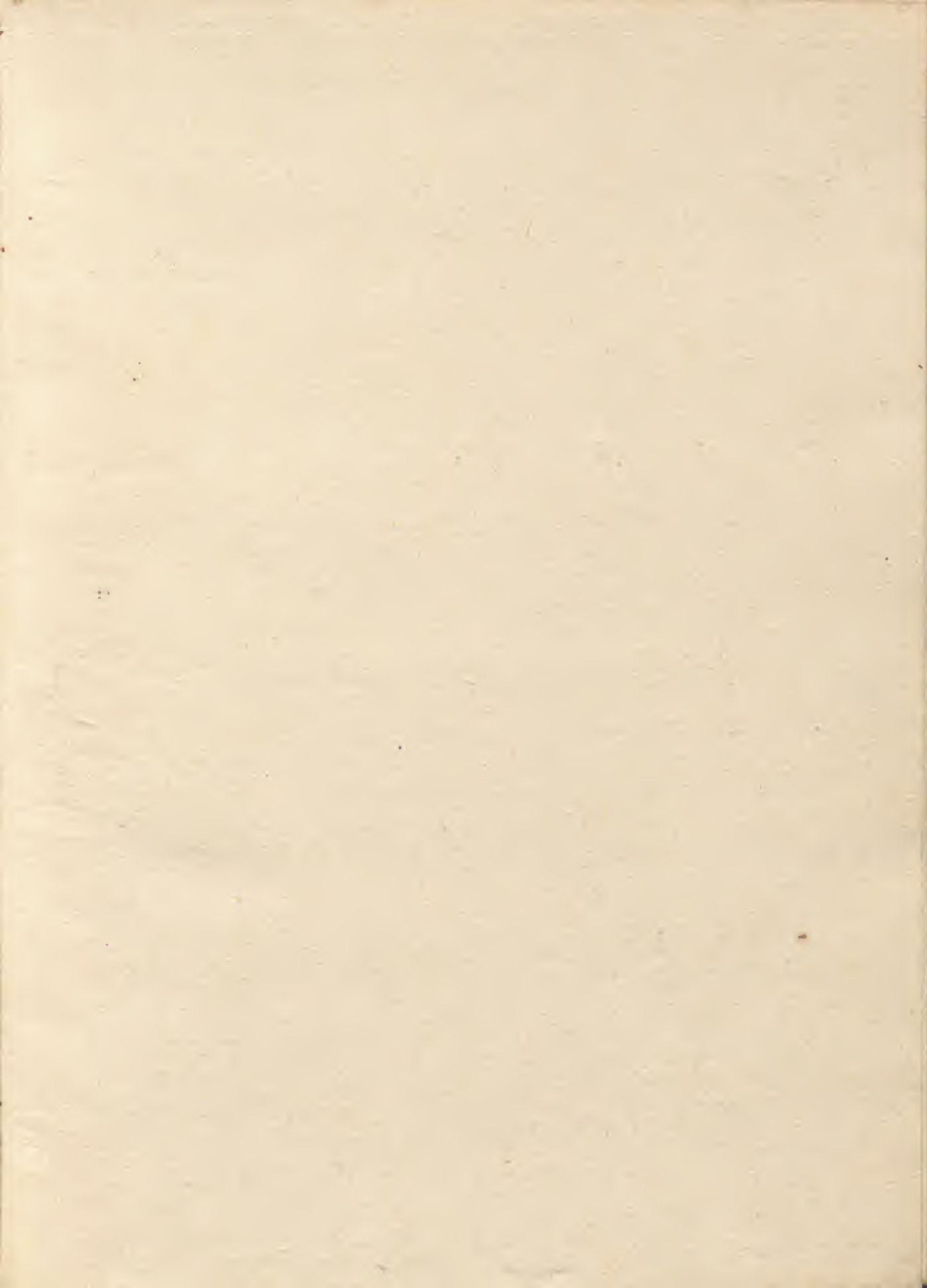
Goff 258  
(ca. 1496)

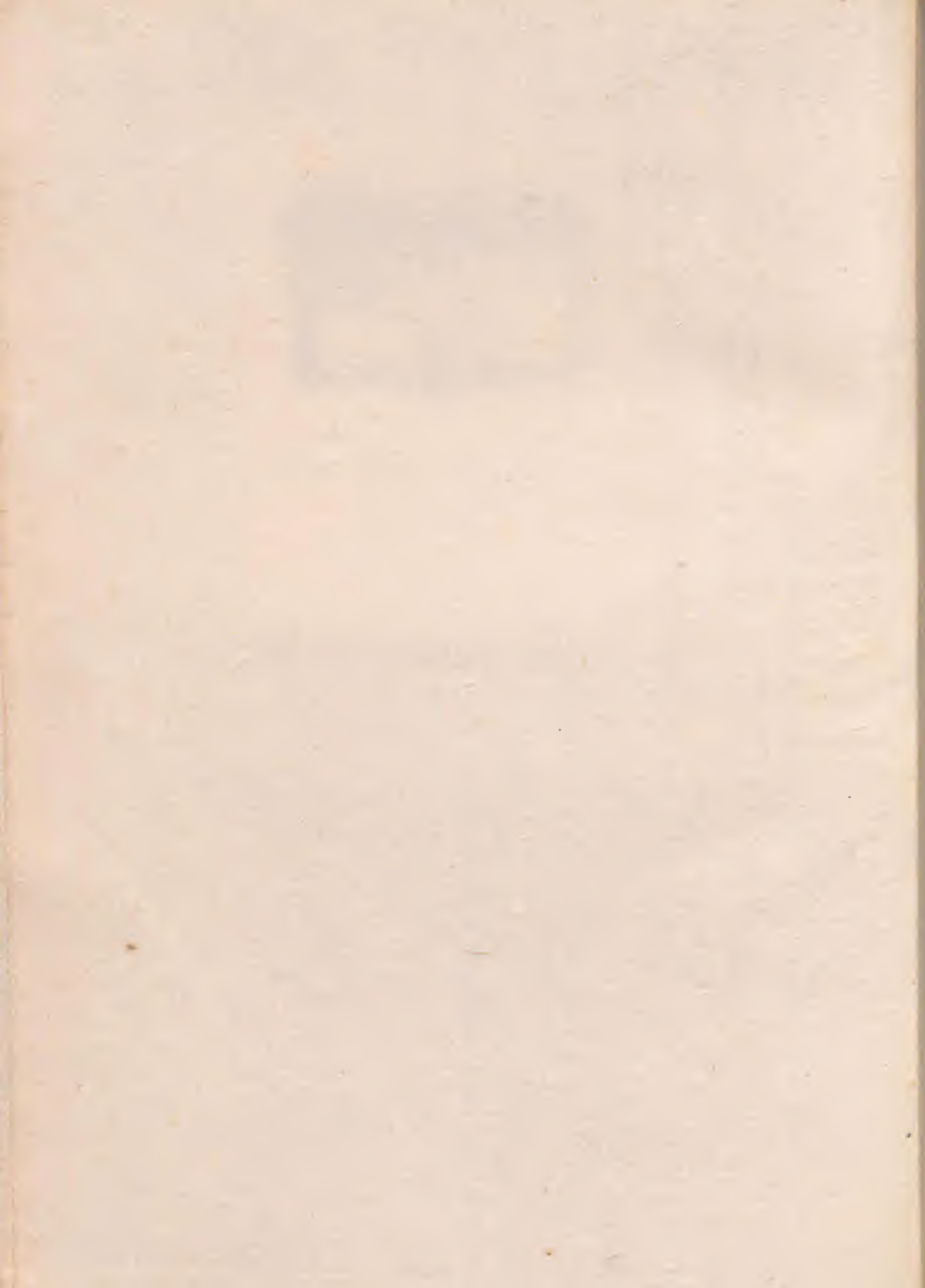
Klebs 832.9 (Manuscript)

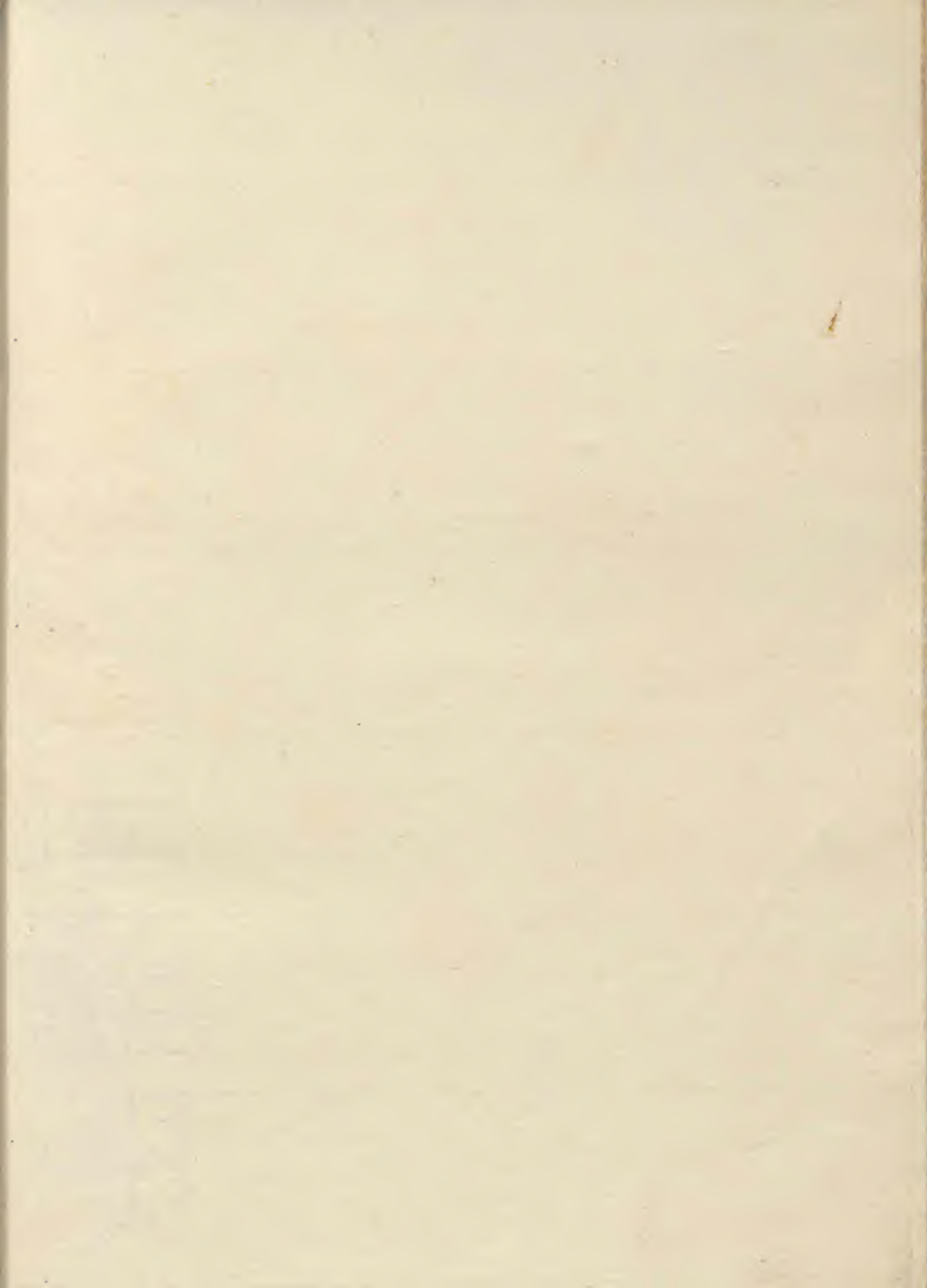
Rosen Nov. 55/373

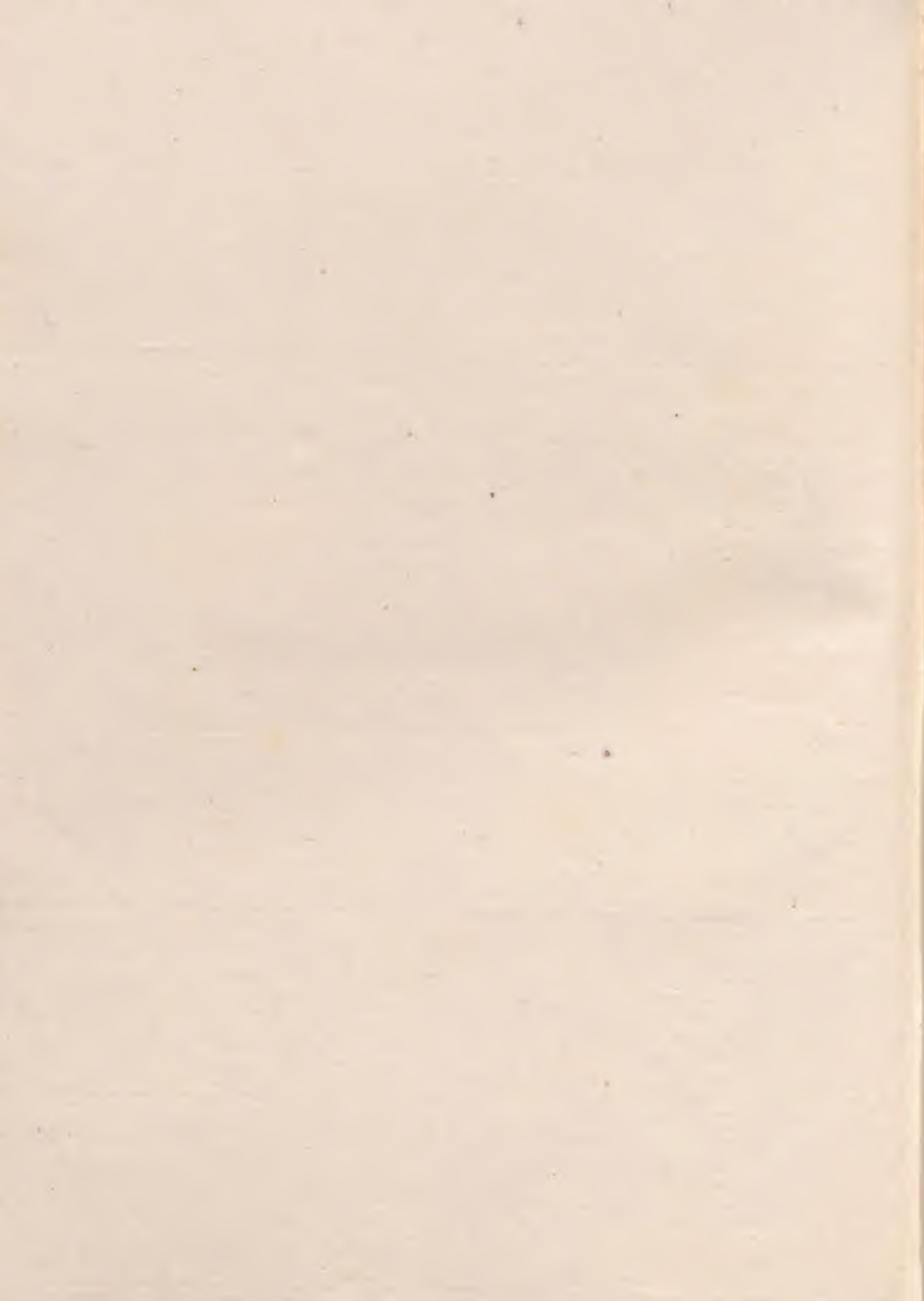
What a Steadfast no?

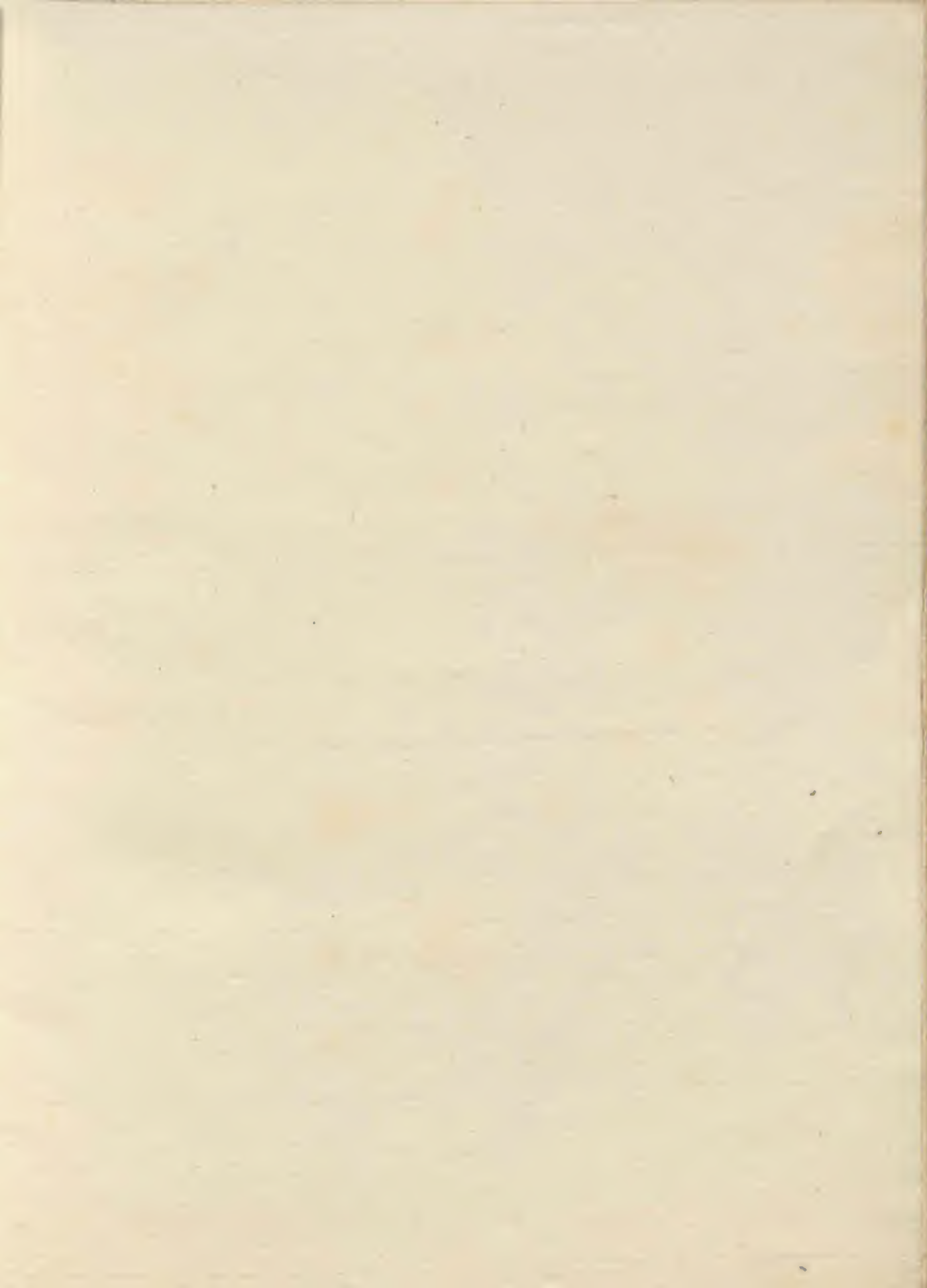




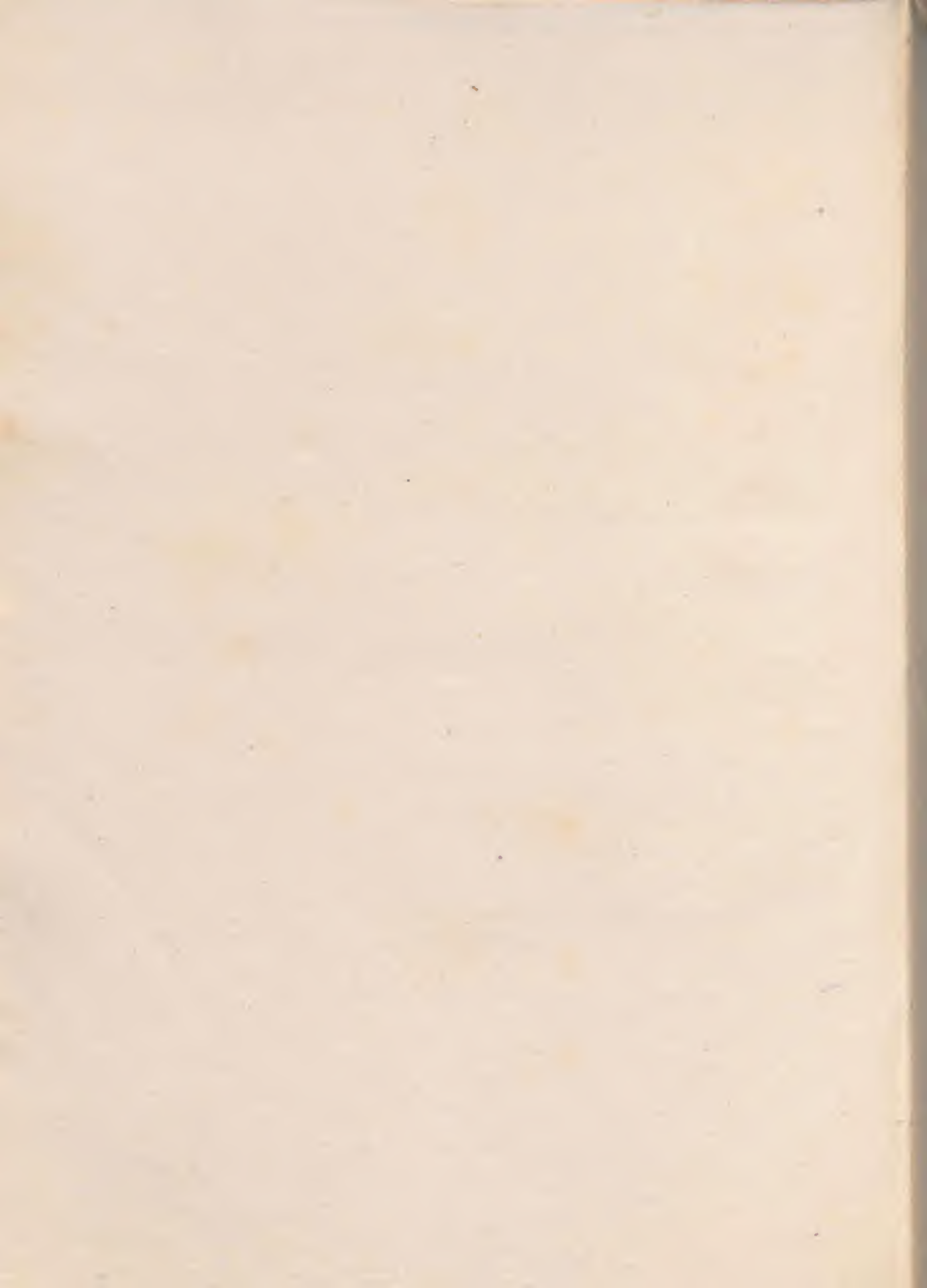




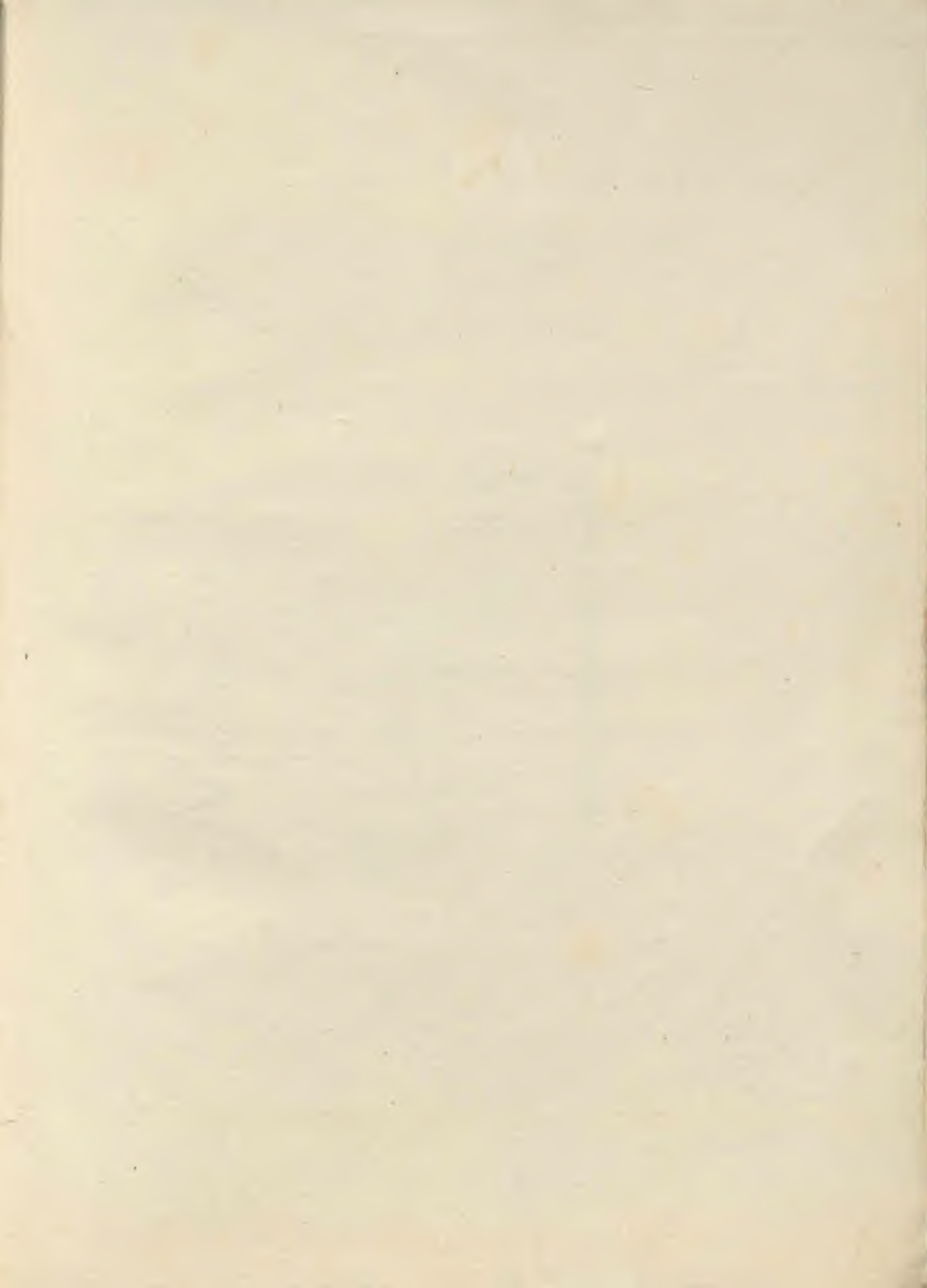


















*Incunabula*

R-58  
(Goff)



Die schul zu Paris hat geschriben vnd gesandt  
Dem edlen Künig von Engelland  
Das gegenwürtig büchelein  
Wie der mensch regieren sol das leben sein





Die schül zu paryß hat geschriben vnd gesandt  
Dem edlen künig von engellandt  
Das gegenwürtig artz büchelein  
Wie der mensch regieren sol das leben sein  
Wiltu haben deines hertzen gesundt  
Wiltu starck sein vnd vnuerwundt,  
Bis frölich zorn laß für dich gan  
Groß sorg soltu faren lan  
Was betrübt hertze bewegt oft vnd vil  
Den menschen zu des todes zil  
Aber der frölich mensch zu aller stunde  
Würdt dicke das dir dein alter grunde  
Was betrübt hertze vnd steret zorn  
Vnd das gemüte das sein freude hat verloren  
Die drey ding vertzeren den laß beßende  
Das einer gewingt ein kurtz ende.  
Wastu brechen an ärzney  
So hab an dir die tugent drey  
Hab ru vnd frölichen müe  
Mäßig tagreyß seind dir auch güt  
Wiltu sein ein gesunt man  
So heb den schlaff an der rechten seitten an  
Vnd auff der lincken seitten all zermal  
Ein yeglicher sein schlaff volbringen sol  
Nach dem schlaff biß nit träge  
Deine gelider soltu bewegen  
Also lang biß du sy erwärmest gar  
Wasch bald hende vnd richte das har  
Du solt waschen die zäne vnd den mund  
Vnd dich warm an ziehen zu aller stund  
Wiltu sein gesundt schicke





Was du deine hende waschest oft vnd diecke  
Mit blossen haubt gang mit an das kalte  
Wiltu deine gesuntheit lange behalten  
Noch in grosser hitze der sunnen  
Die zway bringen dir selten frummen  
Aus deinem begird magst balde  
Erkennen wenn du essen solt  
Fürwar das seind die zeichen  
In dem munde die klaren spaichen  
Mit essen soltu sein geseümet  
Bis du deinen magen hast gereümet  
Vnd gedeüet deines leibes kost  
Die du vor zu dir genömen hast  
Welche speys yß zu dem ersten an  
Vnd die böß speys laß darnach gar  
Du solt nit essen all zu sat  
Trinck auch mässig das ist mein rat  
Der speys mässiglich gebrauch  
Wenn du gefüller hast den bauch  
Zu einem lernet das flaischlich allermäist  
Wiget vnd stercket den gaist  
Ein hunger vnd durst sol mässig sein  
So wirt gelanger das leben dein  
Wiltu aber zu vil hunger vnd durst pflegen  
So verzerst du dein leib vnd leben  
An essen soltu abelassen  
Vnd erzlicher begerung dich massen  
Wenn dir der volle mage  
Gibt betrübnuß vnd grosse klage  
In dem lenz zu der zeyt ist mein rat  
Yß wenig frö vnd spat



Auch fleisch überflüssig speyse in dem summer  
Die hitze dir schaden bringet vnd summer  
¶ Vermeyd des herbstes erste frucht  
Sy krencket den leib vnd machet dich vngesunt  
Aber in der zejt des winters zil  
Nym von dem tisch was du wild  
¶ Lange vnd kleine eyer sind dir güt  
Welche neu sind die hab in hüt  
Zu der hennen eyer hab ganz dein flucht  
Vnd zu der änten vnd gensen eyer nit  
¶ An allein der hitze nyet  
Yß nit das rat ich dir  
Sie gekochten gense yß nit an würtze  
Weñ sy lebet so get sy in der pfütze  
¶ Wiltu essen gesund fische  
So soltu sy wol mit wein mischen  
Nichtestusy aber mit wein nit  
Fürwar du erkryegest schaden leicht  
¶ Du solt essen waiche fische  
Die groß sind ob dem tische  
Sind sy aber hön vnd klain  
Sy werden dir vil besser allain  
¶ Du solt trincken zu einer yeglichen gericht  
Das du best frisch vnd siechest nit  
Vnder dem essen mässig vnd über lang  
Sol man dic nemen den tranck  
¶ Wiltu siechtragen fliehen vnd vertreiben  
Vnd aller ding gesunt beleiben  
So trinck nit an durst  
Weñ du der speys vil genömen hast  
¶ Manich erlay nutz bringet der klar wein



Er machet die frölich das hertze dein  
 Auch machet er die warm  
 Vnd lert wider auß den vollen darm  
 Er erleucht den leib vnd scherpfft das gesicht  
 Er meret die synne vnd machet die oren licht  
 Auch machet er frölich das iunge kinde  
 Wenn man im mässige lich trincken gibe  
 ¶ Wer mich trinckt spricht der mer  
 Den kan ich verferen frö vnd spät  
 Der mer zedenet die adern gar  
 Er machet die stymme weich vnd clar  
 ¶ Zwayerlay gabe du empfängst  
 Wenn du die hende nach dem essen zwängst  
 Sein hende werden dir wol geschickt  
 Vnd scherpfft auch dein gesicht  
 ¶ Die salbe mit der rauten safft  
 Gehe in deinem leibe gute krafft  
 Darzu thü rosen blumen stängel lich  
 So wirt gemeret dein leib krefftig lich  
 ¶ Knoblauch vertreibet den stanc  
 Vnd verwandelt die farb an dem wang  
 Die häßliche stymme machet er clar  
 Vnd raube speyse macht er deüwig vnd gar  
 ¶ Salu saltz pfeffer vnd wein  
 Knoblauch vnd peterzilg sollen auch da bey sein  
 Darauß wirt ein salse gut  
 Ist das man im recht thut  
 ¶ Was büchlein von einer ärzney schreibt  
 Das man das blüt damit vertreibt  
 Wegebau gemacht in eyern vnd saffern  
 Pfeffer machen vnd saluy diß gut machen



Das bad nach dem essen faist den leib mache  
 Aber vor dem essen magerleit macht  
 Wan feuchtigkeyt ist ein vrsach faustigkeyt  
 So magerhait dicke hirtz treyt  
 Du solt auff stan nach dem essen  
 Den mittag schlaff soltu vergessen  
 Magstu schlaffen nach geschicht  
 So schlaff kurz oder gar nit  
 Das kalt der schneider wassersucht vnd tragkalt  
 Vnd haubtsucht die kommen berayt  
 Von dem schlaffen des mittags zeyt  
 Das sprechen die ärzere an allen neyd  
 Den harn behalt nit lange  
 Vnd zu stül gach nit mit drange  
 Behalt auch nit bey die den windt  
 Wen vil gebrechen danon kommen seindt  
 An dem menschen seind vier sachen  
 Die der verschlossen windt machet  
 Das ist der kramppff wassersucht schädlich  
 Vnd kermüter alle gleich  
 Vß mit des brotes rinden  
 Wenn sy wücker das geprant blüt gar schwind  
 Käse vnd zwoybeln dicke  
 Soltu zu dem tisch schicken  
 Ik esseß essen geben dir dreyerlay gaben  
 Die schal seget dir den magen  
 Die kere seind dir für den stain güte  
 Von irem safft wirt gemert das blüt  
 Wiltu vermeiden deines leibes schaden  
 So soltu nit mit vollem bauch baden  
 Wen aber die speys gedüet sich

**Stundel**



So magste baden sicherlich  
Wistu gewesen an vnkeuschem geschichte  
Oder bistu gewesen zu bade iche  
Wannach soltu nit schreken  
Wiltu key gutem gesicht keleiben  
Wistu häusche der hasu trieffende augen  
Thut dir das haubt we oder bistu wundi geschlagen  
Vnd an den wütemessigen zenen  
Saran soltu nit baden  
Wir lesen von dreyen sachen  
Die di augen trieffend machen  
Wer starcke gerranck vnd groß trünck nit wil lan  
Vnd wer wil vil zu haissen baden gan  
Also schnell du hast gebadt  
Soltu nit trincken das ist mein rat  
Vnd ys auch nit also bald oder zehands  
Den versuchten ist es wol bekant  
Kußraute vnd knoblach  
Bieren vnd rätich meine ich auch  
Auch tyriackes spricht die geschriffte  
Seind gut wider die tödlich giffte  
Wen du den roten wee leydest  
So ist gut das du dise ding vermeydest  
Du solt nit mit frauen zu schicken han  
Vnd solt grosse trünck vnterwegen lan  
Wiltu leben lang gesunde  
So laß zu den adern im jar vierstunde  
Zu sant martins tag philippi vnd blasz  
Nach Bartholomei oder nahe da key  
In dem Mayen vnd summer zeyt  
Soltu lassen zu der rechten seyt  
Aber zu winter zeyt vnd in dem herbst



So laß zu der lincen seiten zu aller feist  
¶ Nach yeglichem monat vor dem fünfften tag  
Soltu nit die ader schlagen  
Vnd auch nach dem fünffundzwainzigstem tag  
Offen die aderen nit wen es ist der rodt  
¶ Nieman zu der aderen lassen sol  
Wen der mon ist gleich vol  
Nieman auch zu ader schlecht  
Zu der zeit wen der mon abe ster  
¶ In dem neuen mon laß iunger dein blut  
Von den aderen das ist dir gut  
Aber wenn sy zu alter kommen  
So sollen sy lassen so der mon ab hat genömen  
¶ So das zaychen in dem stier ist  
Zu dem haubt lasse zu kainer feist  
Auff den henden du lassen solt  
Vnd in das bad gastu wol  
Die oren berür nit lassen nit  
Den bart ab zescheren hab kein verpflichte  
¶ Du magst wol baume pflanzen zu vifer feist  
Wen der mon in dem ochsen ist  
Vnd auch wol barwen seer  
An dem halse laß kain ader schlagen  
¶ An dem arm laß zu kainer feist  
Wenn der mon im zwilling ist  
An henden soltu die negel nit verschneiden  
Wiltu anders geynt beleiben  
¶ In dem rebs laß nit zu der lung leber vnd brust  
Das du nit verleijst deines gesundes lust  
Du nympt wol der arzney ein tranck  
Vnd wanderst wol sicher über land  
¶ Seind der löw das hertz vñ den magē beschweren ist



Soltu nit dar auff lassen zů kainer reist  
Niemant laider soltu nit an ziehen  
Du solt auch stärke wirtschafft flieBen  
¶ In der unck frauen sol man sich hüten eben  
Das niemant greiffe zů dem eelichen leben  
Man mag wol sehen über al  
Niemant auff dem wasser sein sol  
¶ Mit laß an den heimlichen steten  
Wen der mon ist in die wag getreten  
Auch an kainen geribnen lenden  
Wiltu den Baden das soltu wider wenden  
¶ Der mon ist den hüften schedlich  
Die weiler ist in dem schützen starcklich  
Zů wandern ist es güte zeit  
Über wasser faren du vermeidi  
¶ Scorpio an haimlichkeit die siecht tag mer  
Wen du getetiger nit wirst beschwärt  
Du solt hailen kain wunden  
Noch auff wasser gan zů kainen stunden  
¶ Du solt kain erzney thünde sein  
In dem stainpocke an den knyen  
Auch was man thut an dem haubt zů stand  
Das bringt ain bösen grund  
¶ An dem bain laß kain ader schlagen  
Wen der mon kommet in den wasserman  
Noch ethürne magstu bawen  
Vnd magst pflanzen iunge baume  
¶ In dem visch soltu an den füssen icht  
Mit artzney thün oder nit  
Vnd haylsam ist der artzney tranck  
Gut wandern ist über land



**I**n dem Jenner alle ier  
 Yß warm speyß die da klein ist vnd klar  
 Darzū trinck mässig frū vnd spat  
 Vnd hüt dich zū der zeyt vor mer  
**D**er Wornung ist gekeren gar bald  
 Den menschen mit francelzait manigfalt  
 Darumb fleich die kete das ist gut  
 Auß dem dawomen soltu lassen das blut  
**D**er Wertz offenbart des leibs seihrtigheit  
 Er gebecket sch netzen vnd laid  
 Laß nit zū der ader vnd yß stār gēlich würcz  
 Die sind dir gesunde vnd nütz  
**D**er April hat solich krafft dauon  
 Alle ding werden gewert schon  
 Auch hitzet er den leib vnd mer das blut  
 Wer da last zū den adern das ist gut  
**A**rbait in dem mayen ist dir nit schad  
 Laß zū der ader vnd mach dir lustig bad  
 Mit würze yß die speyse maniger lay  
 Das ist dir gesunde vnd allen leuten da bey  
**V**or dem merh in dem Brachmon hüt dich  
 Vnd vor dem neuen pyr das rat ich  
 Lactuken bleter du essen solt  
 Trinck aber nit den bannen kalt  
**I**n dem Heimon wer sich bewaren wil  
 Der sol nit trincken zu vil  
 Vnd sol im kaim ader lassen schlahen  
 Vnd auch darzū nit baden  
**I**n dem Augstmon soltu mässig sein zwat  
 Schlaffen hūz vnd vnkeuschait vermeid gar  
 Hüt dich vor baden vnd vil essen

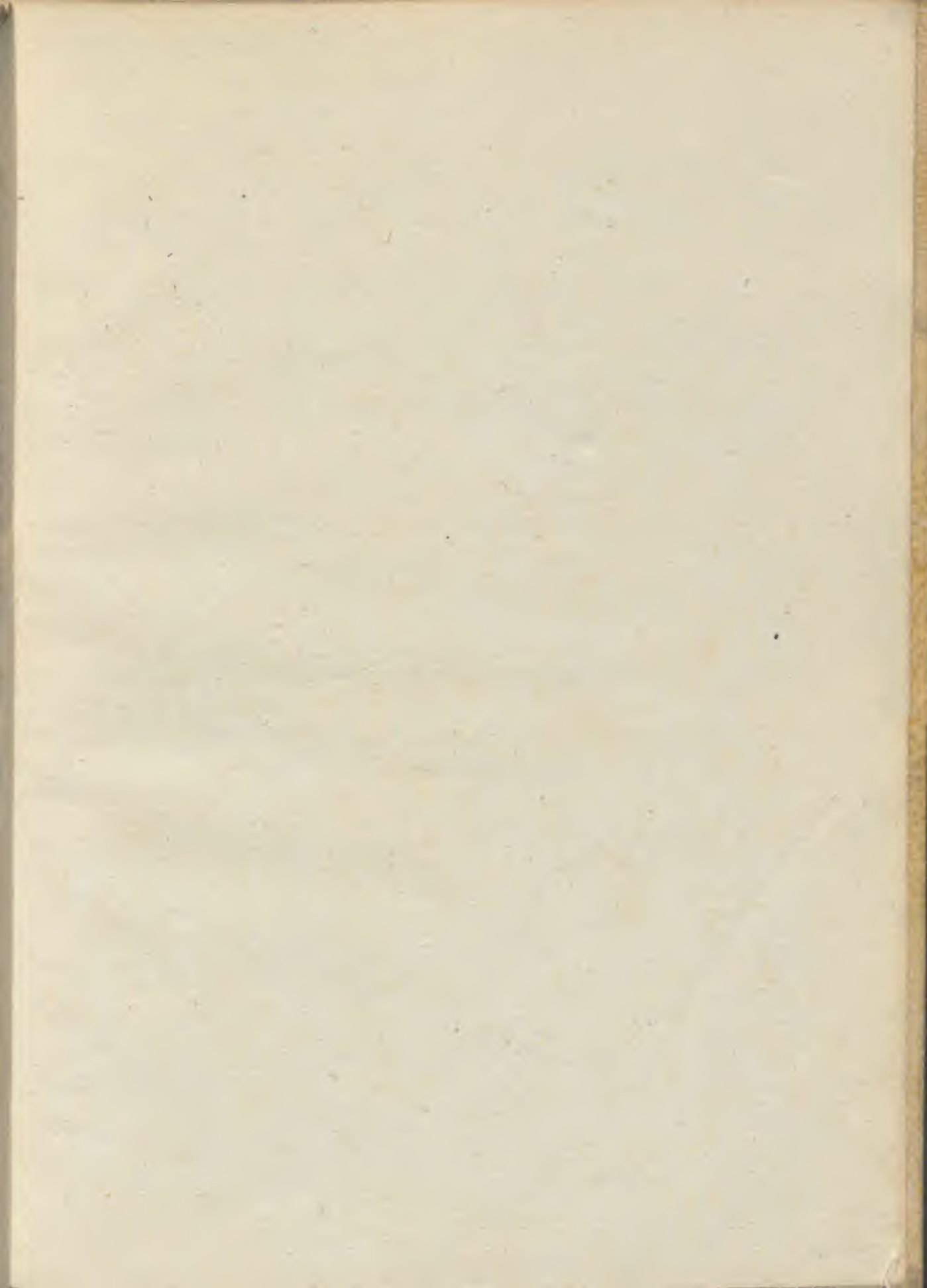


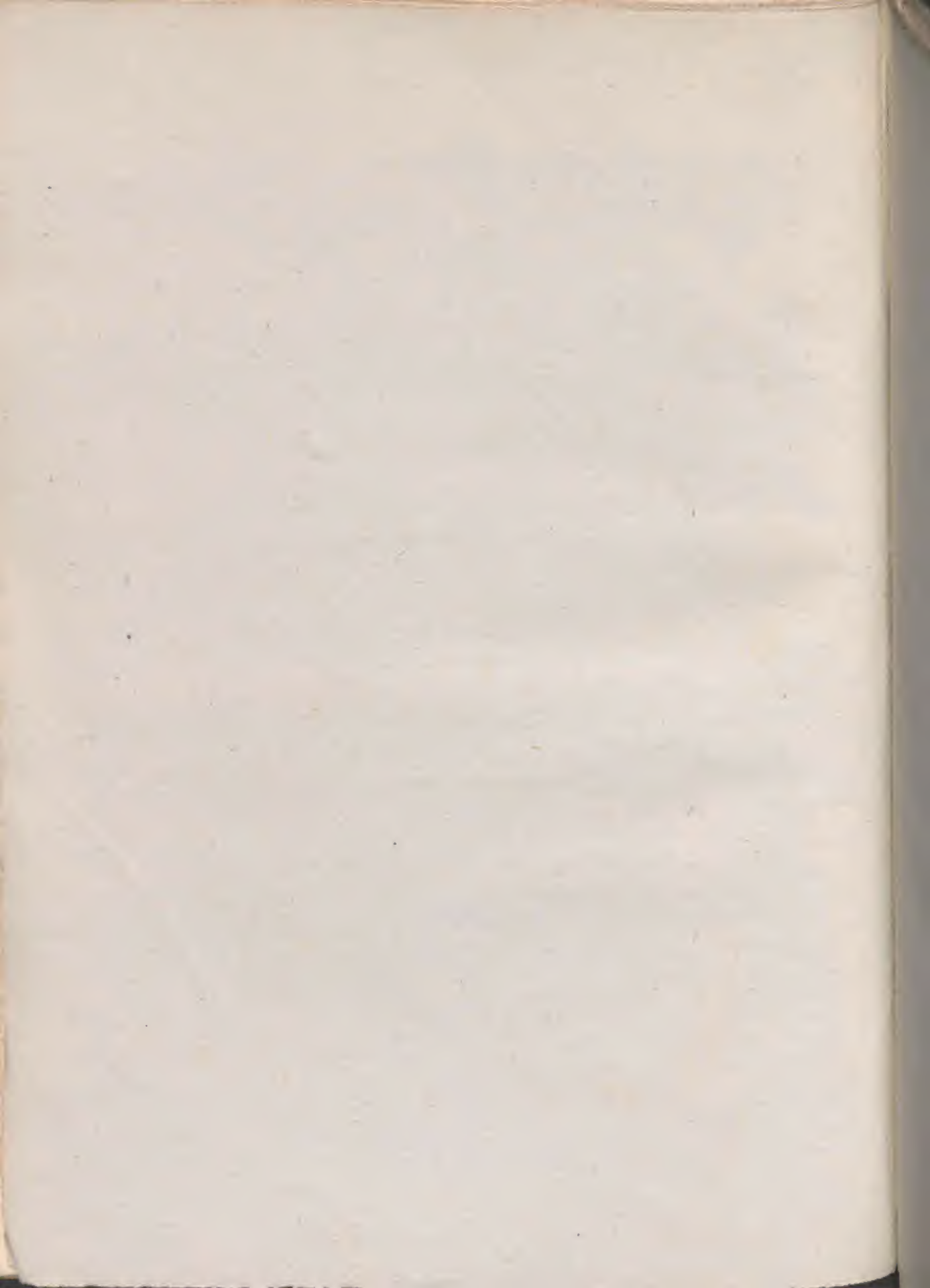


Erzney vnd lassen soltu vergessen  
In dem Herbstmon nit vergiß  
Siezeytig fruchten düyß  
Bieren gayßmilch vnd neuen wein  
Das sol dein nahrung sein  
Mit guter spezerey vnd ander lassen  
Darinn halt gute massen  
Der Weinmon gibt wein vnd wilprät güt  
Gense flaisch vnd vogel güt  
Dise ding sind alle gesunde zwar  
Sunder iß beyß dich nit gar  
Der Wintermon des haubts fluß bringt güt  
Mache mäßig getageysen das ist dir güt  
Bad nit vnkeüßert sol nyemant pflegen  
Der artzney tranck ist nit güt noch eben  
Ader lassen laß vnderwegen  
So wirstu gesuntheit pflegen  
Wasse ding in dem cristmon sind dir güt  
Vermeid die kelt in deinem müt  
Die haubt ader magstu auff schlahende sin  
Aber des bades soltu dich messende sin  
Lawes getranck ist dir gesunde  
Das kalte laß nit in deinen munde  
Das büchlein vmb gotes willen  
Von den maistern zu paryß gar stille  
In lob ere gotes frölich kerau ist  
Helf vns got zu aller frist  
Auch die lere des büchs sol allen menschen sein bekant  
Das dem künig von engelland ist gesant  
Wie endet sich das Regis  
ment der gesuntheit.

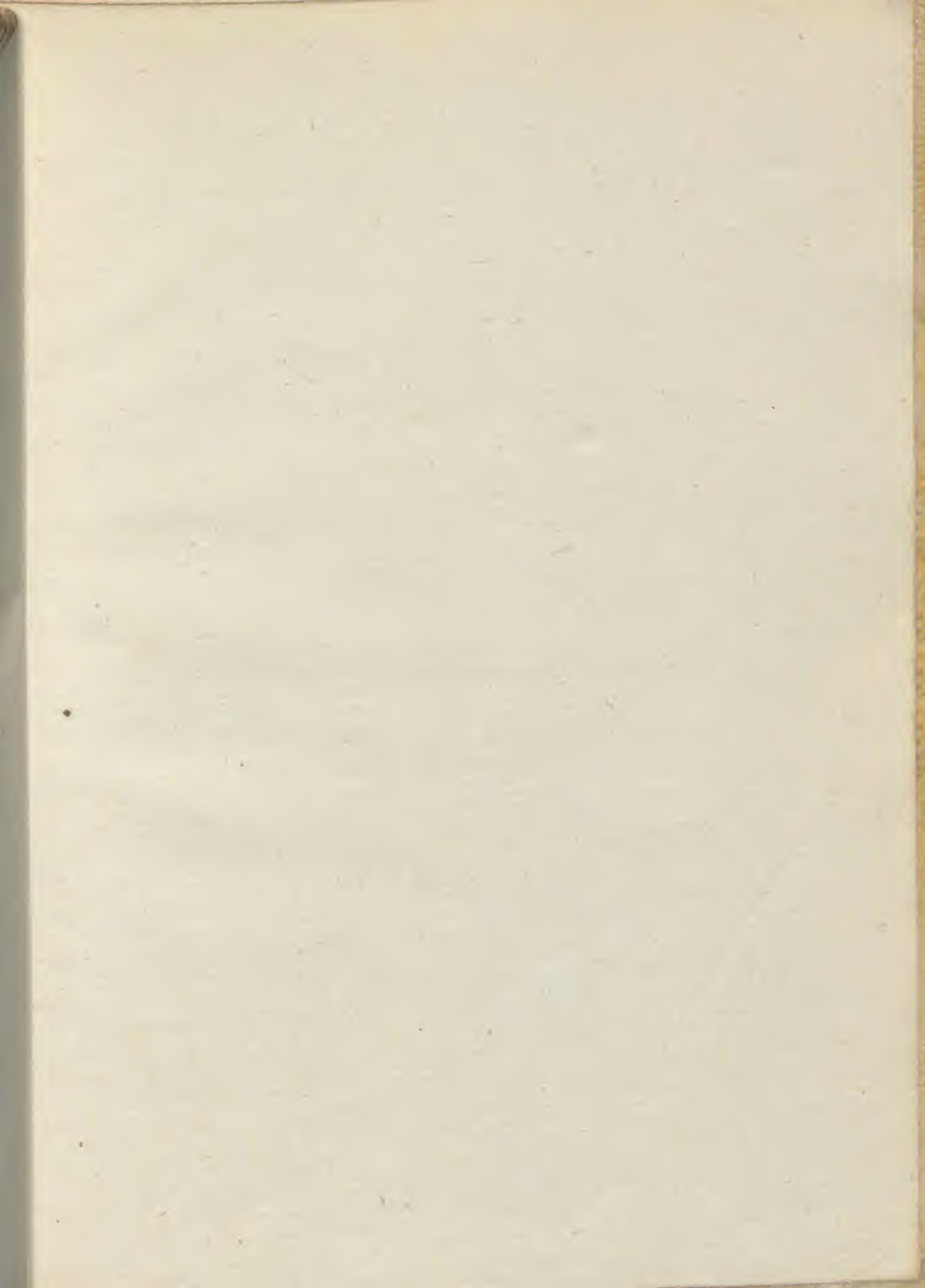
1. Die erste Art der ...  
 2. Die zweite Art der ...  
 3. Die dritte Art der ...  
 4. Die vierte Art der ...  
 5. Die fünfte Art der ...  
 6. Die sechste Art der ...  
 7. Die siebente Art der ...  
 8. Die achte Art der ...  
 9. Die neunte Art der ...  
 10. Die zehnte Art der ...  
 11. Die elfte Art der ...  
 12. Die zwölfte Art der ...  
 13. Die dreizehnte Art der ...  
 14. Die vierzehnte Art der ...  
 15. Die fünfzehnte Art der ...  
 16. Die sechzehnte Art der ...  
 17. Die siebenzehnte Art der ...  
 18. Die achtzehnte Art der ...  
 19. Die neunzehnte Art der ...  
 20. Die zwanzigste Art der ...

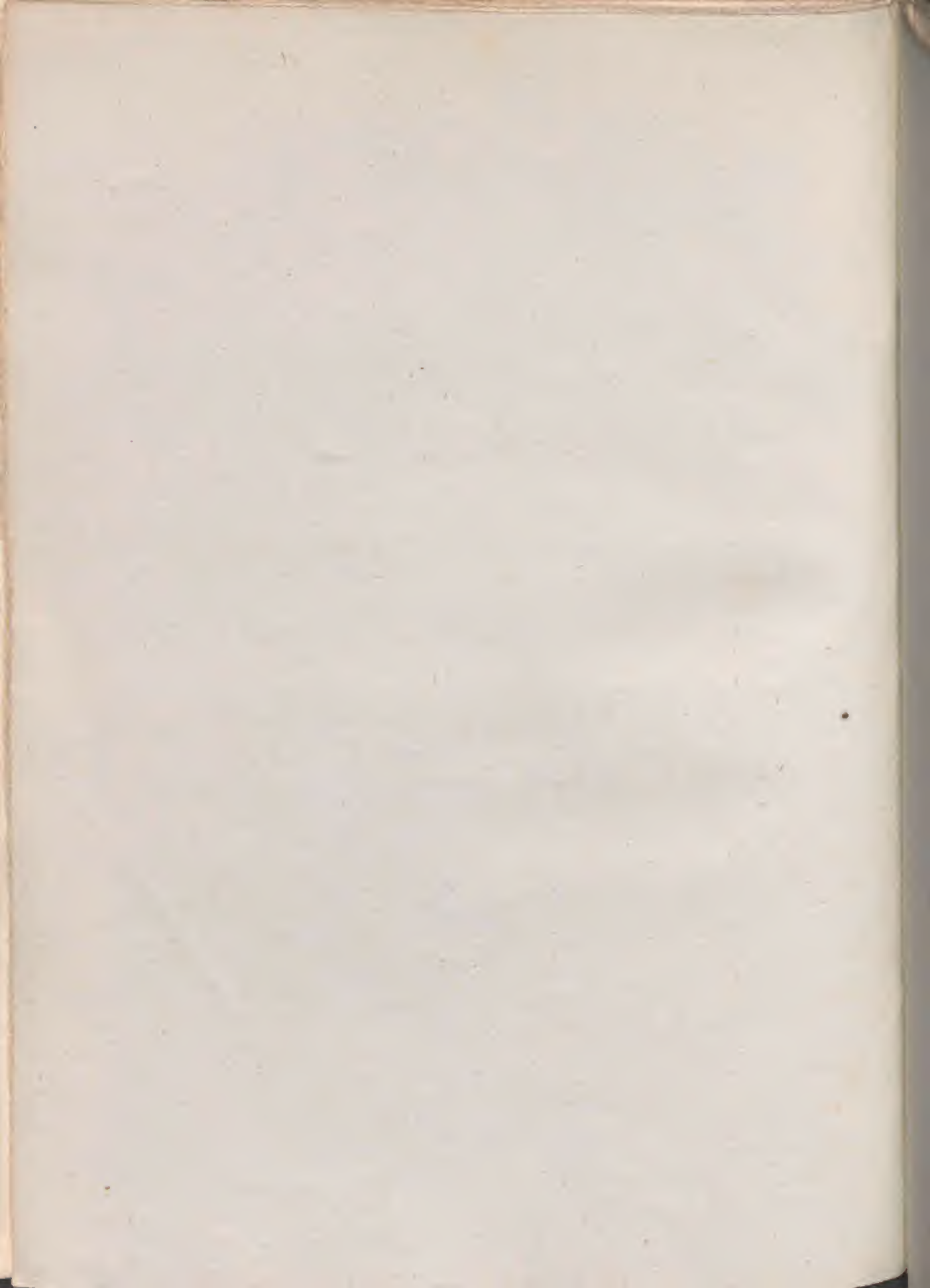




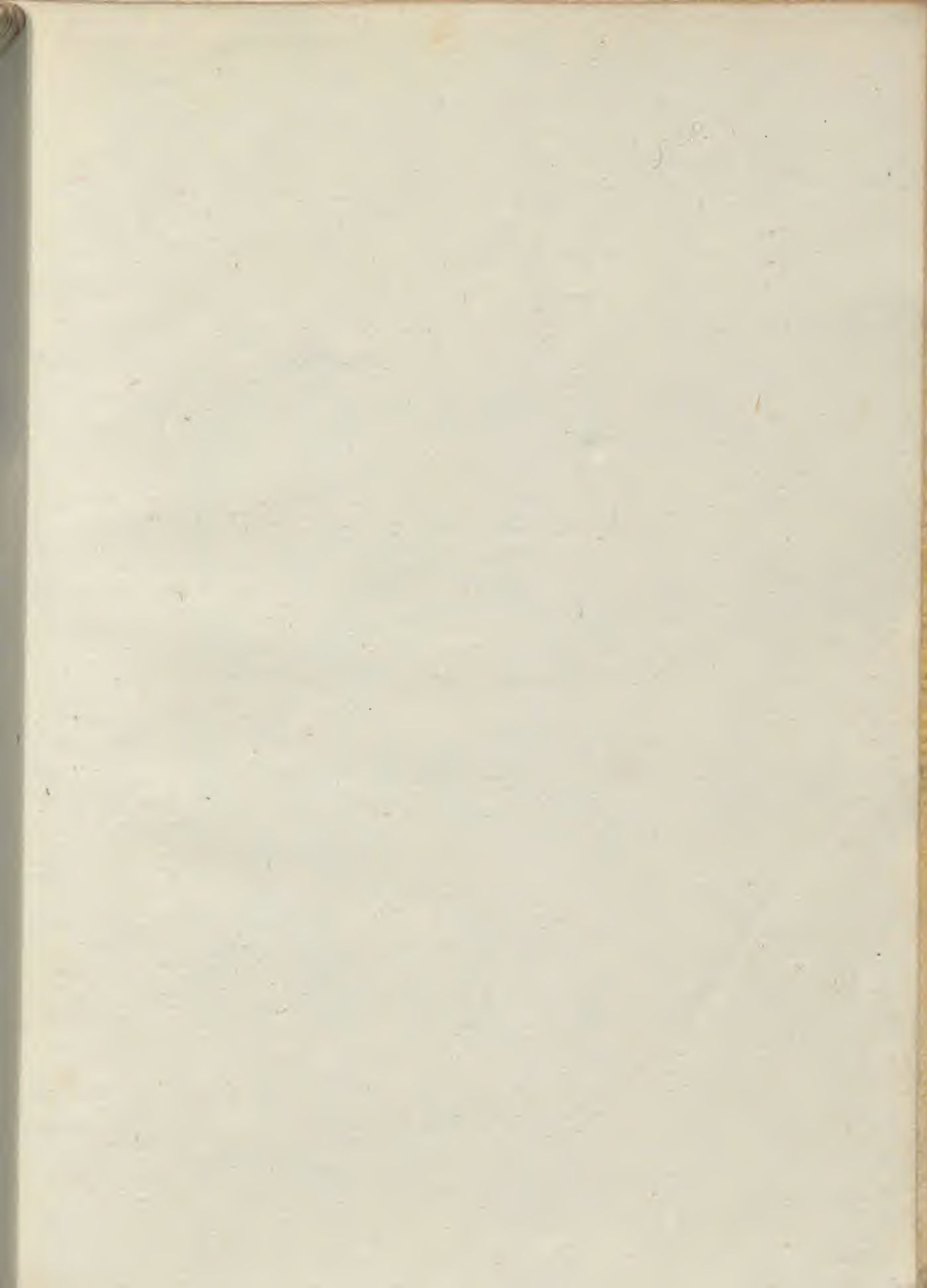


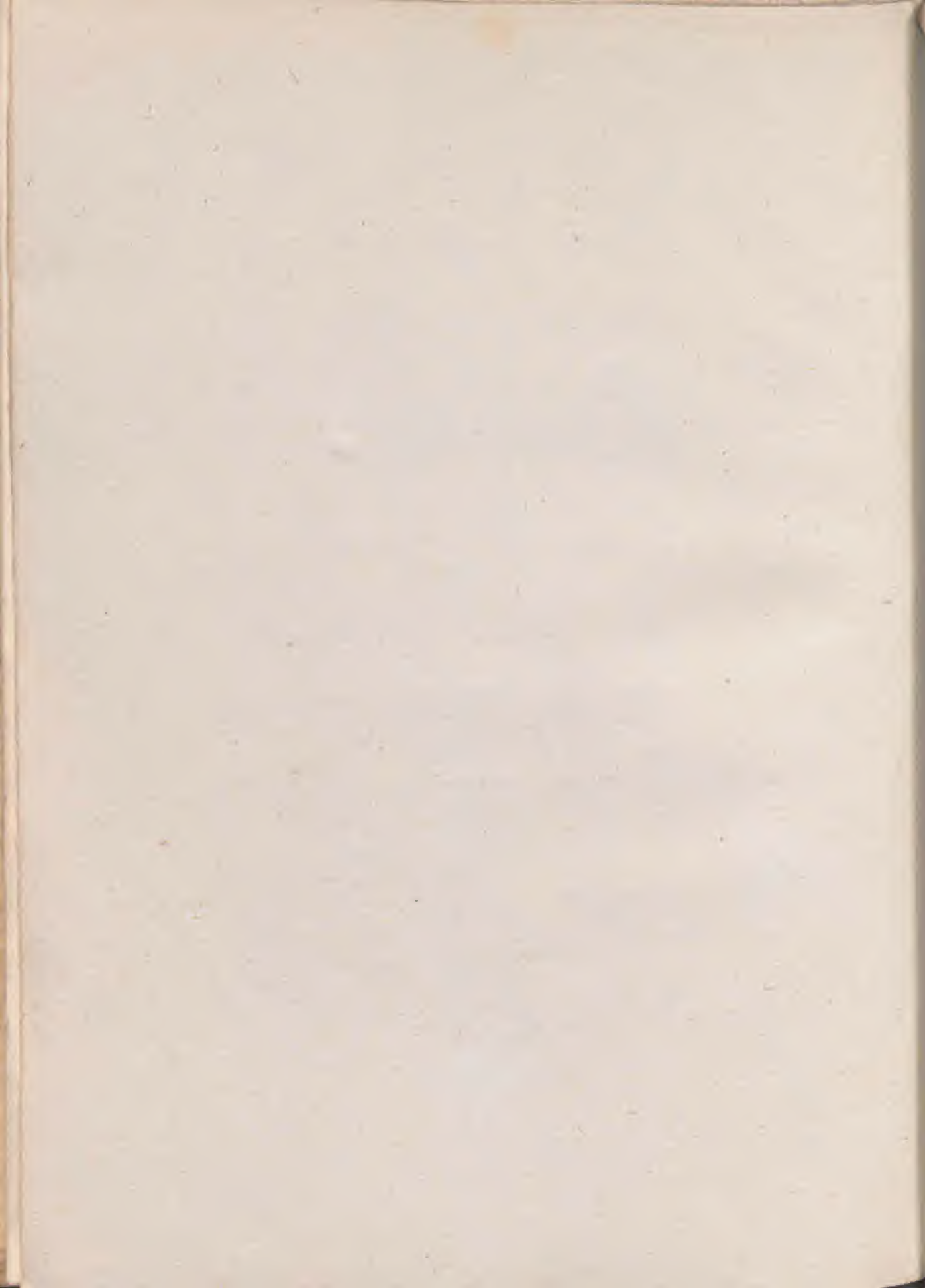




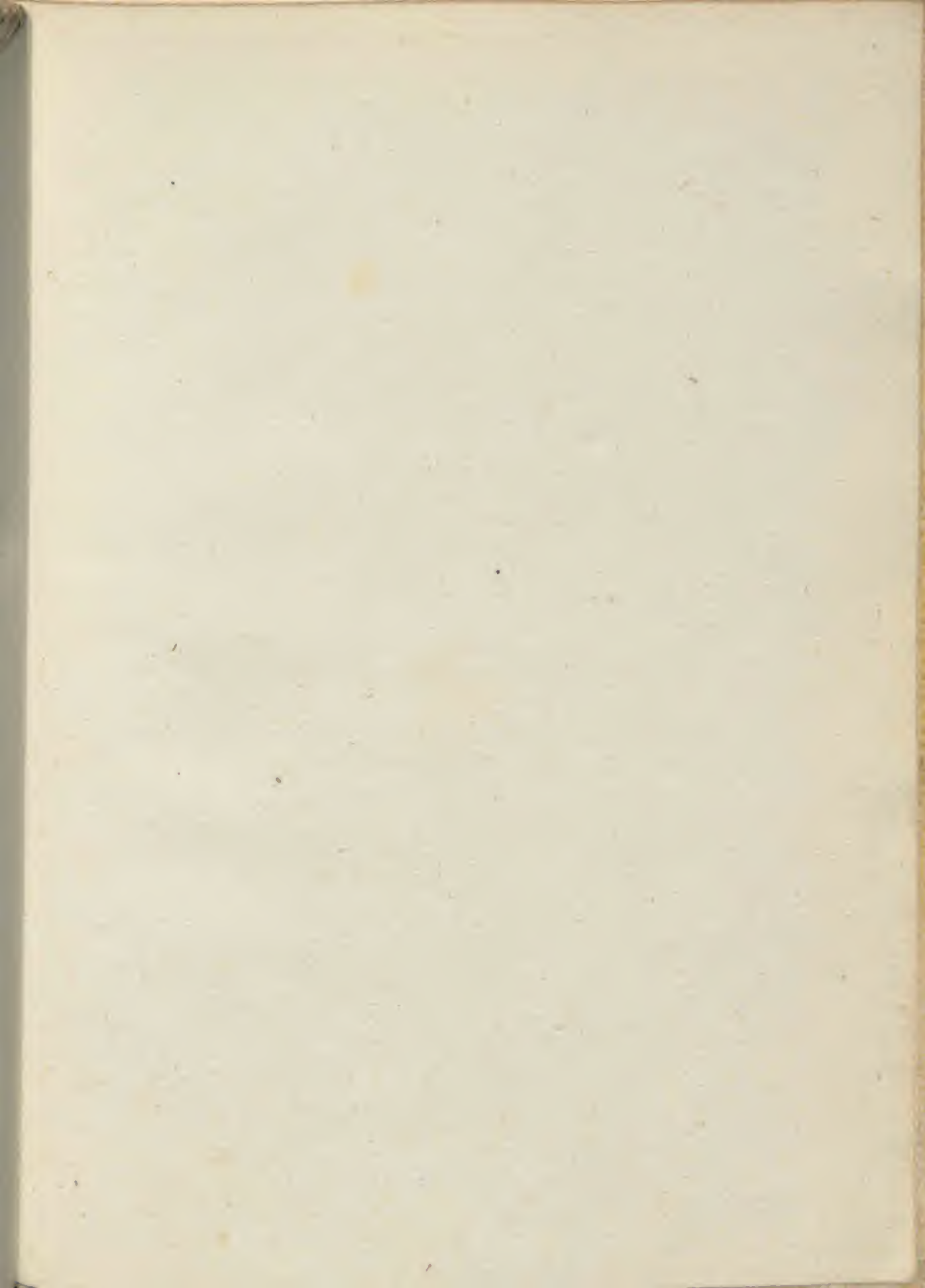


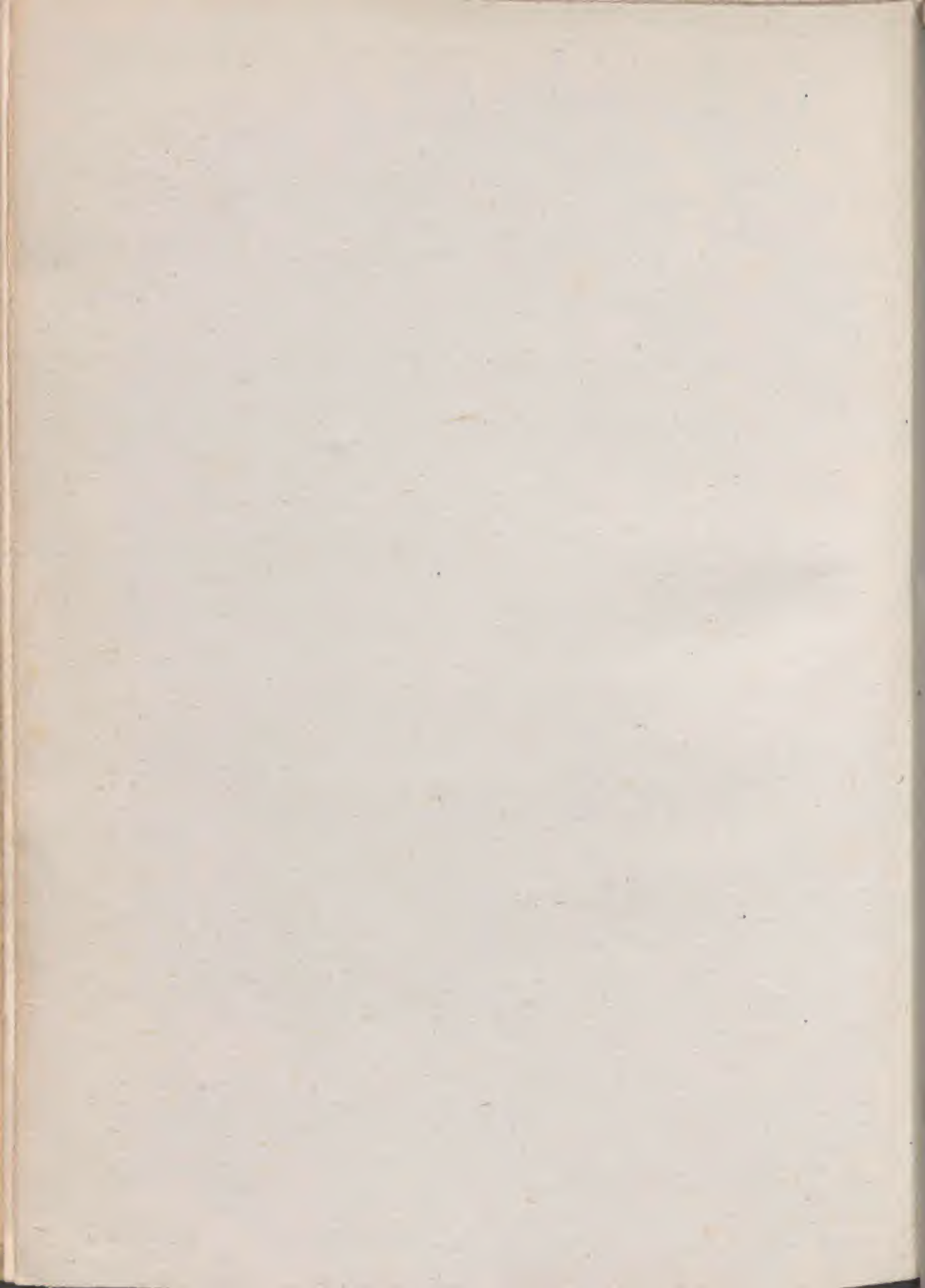




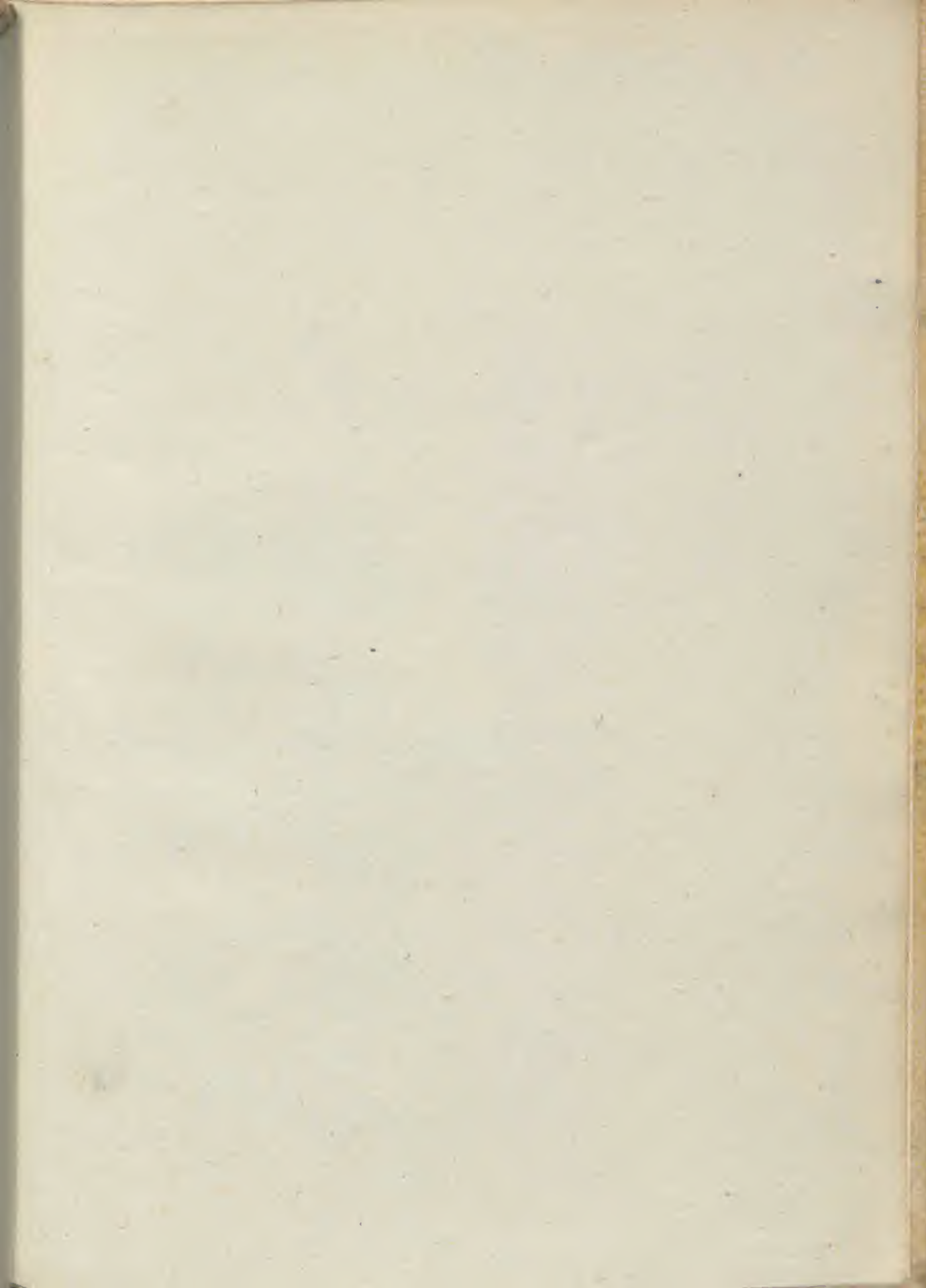


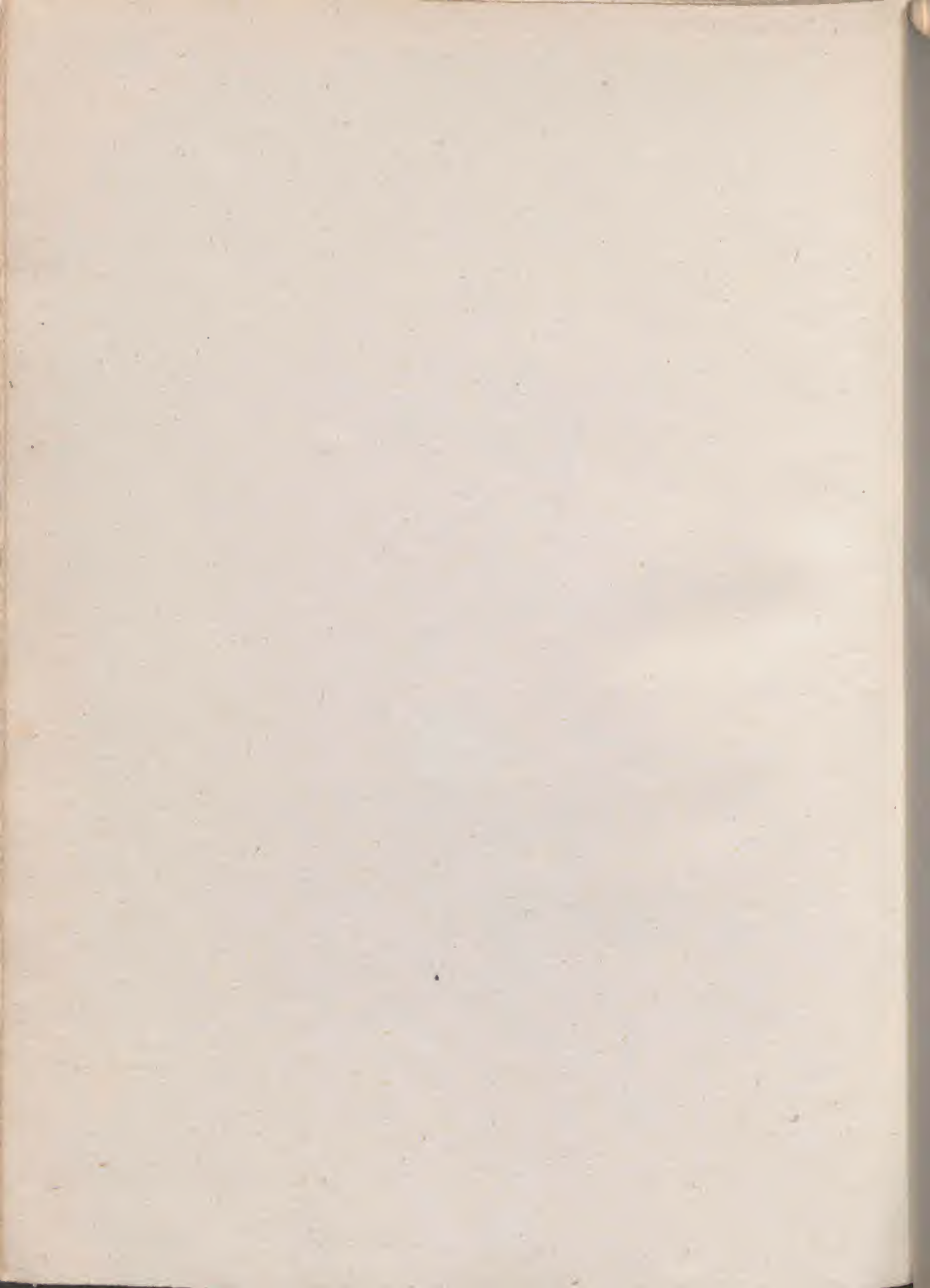




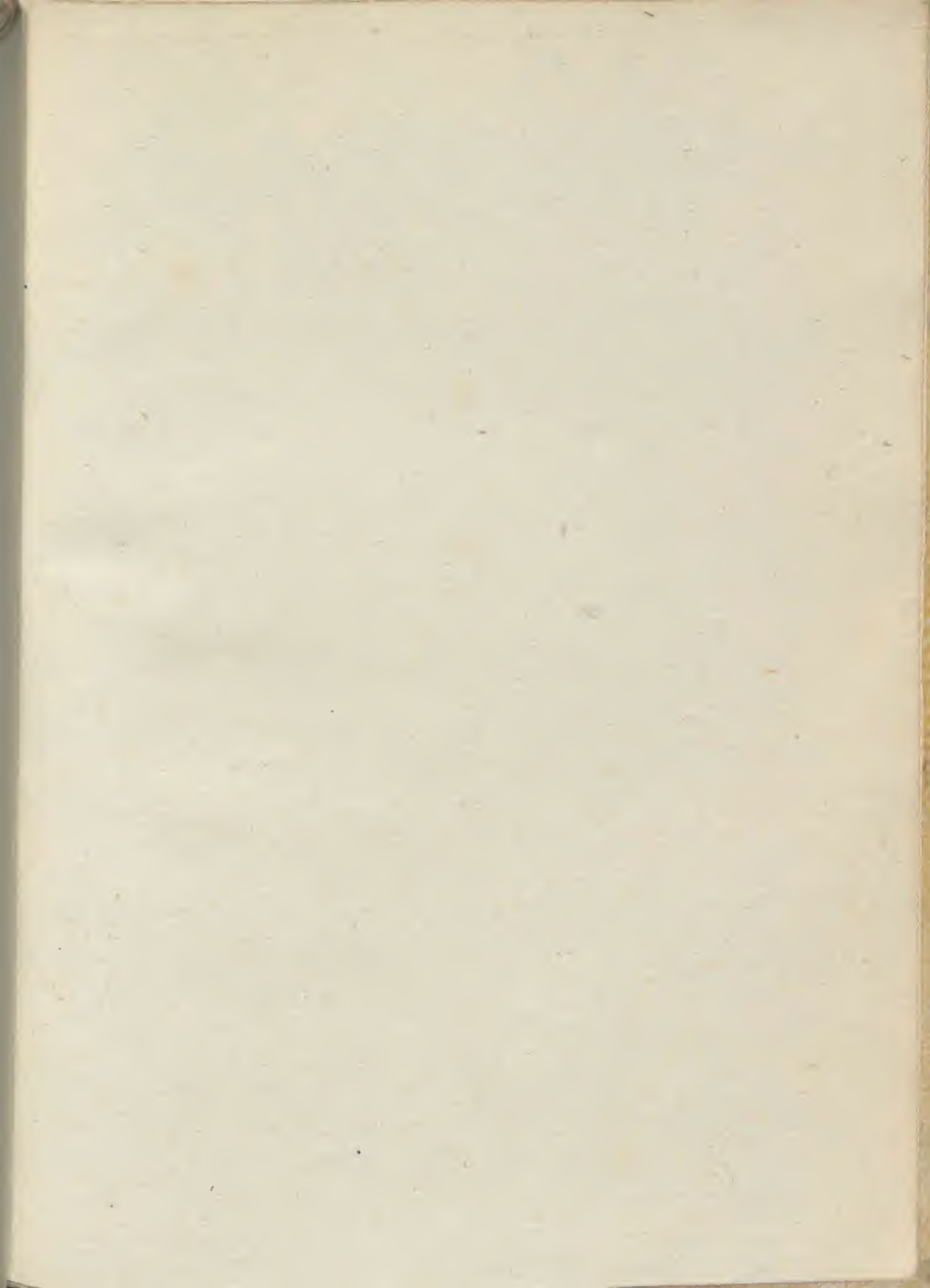


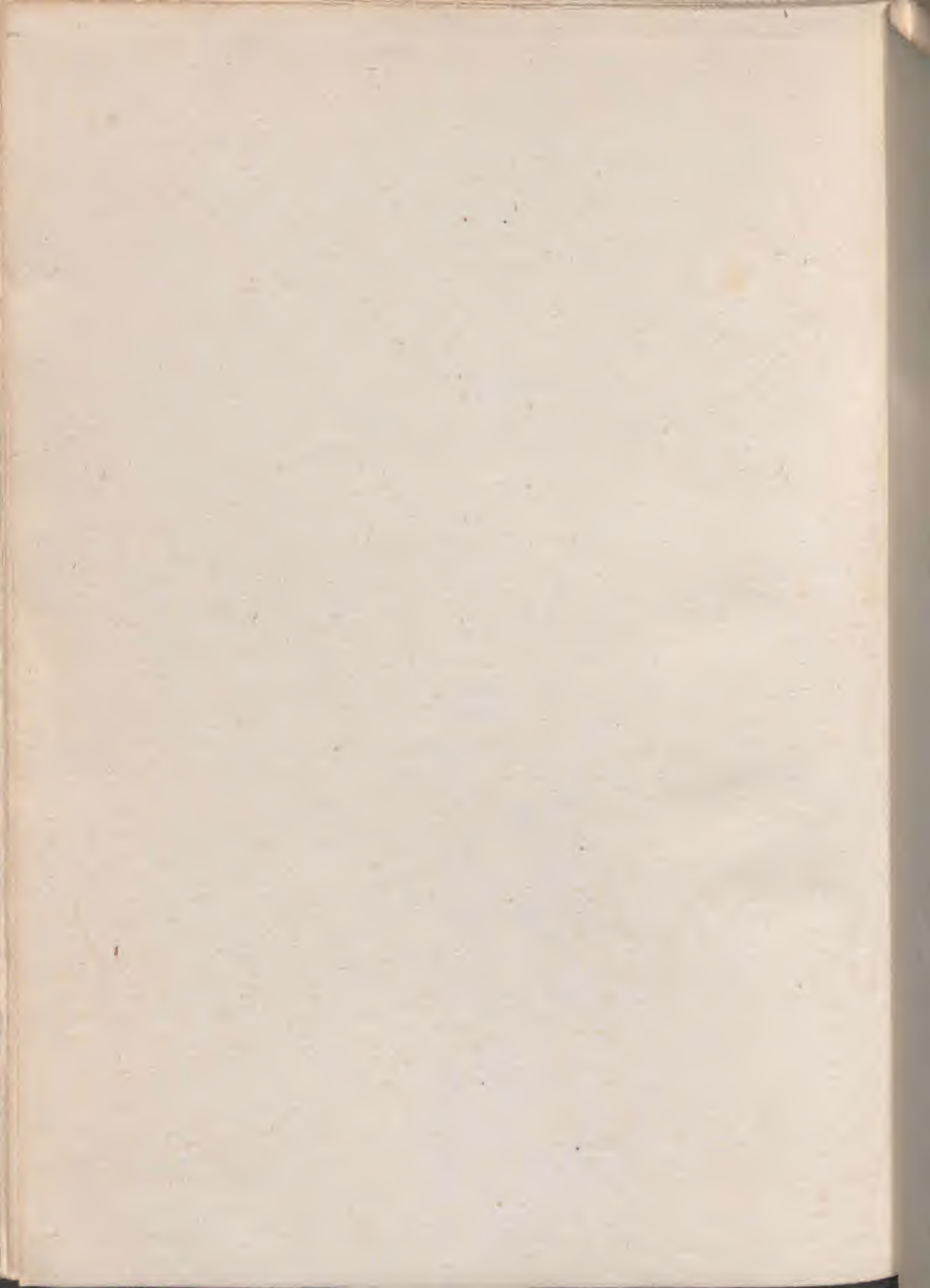




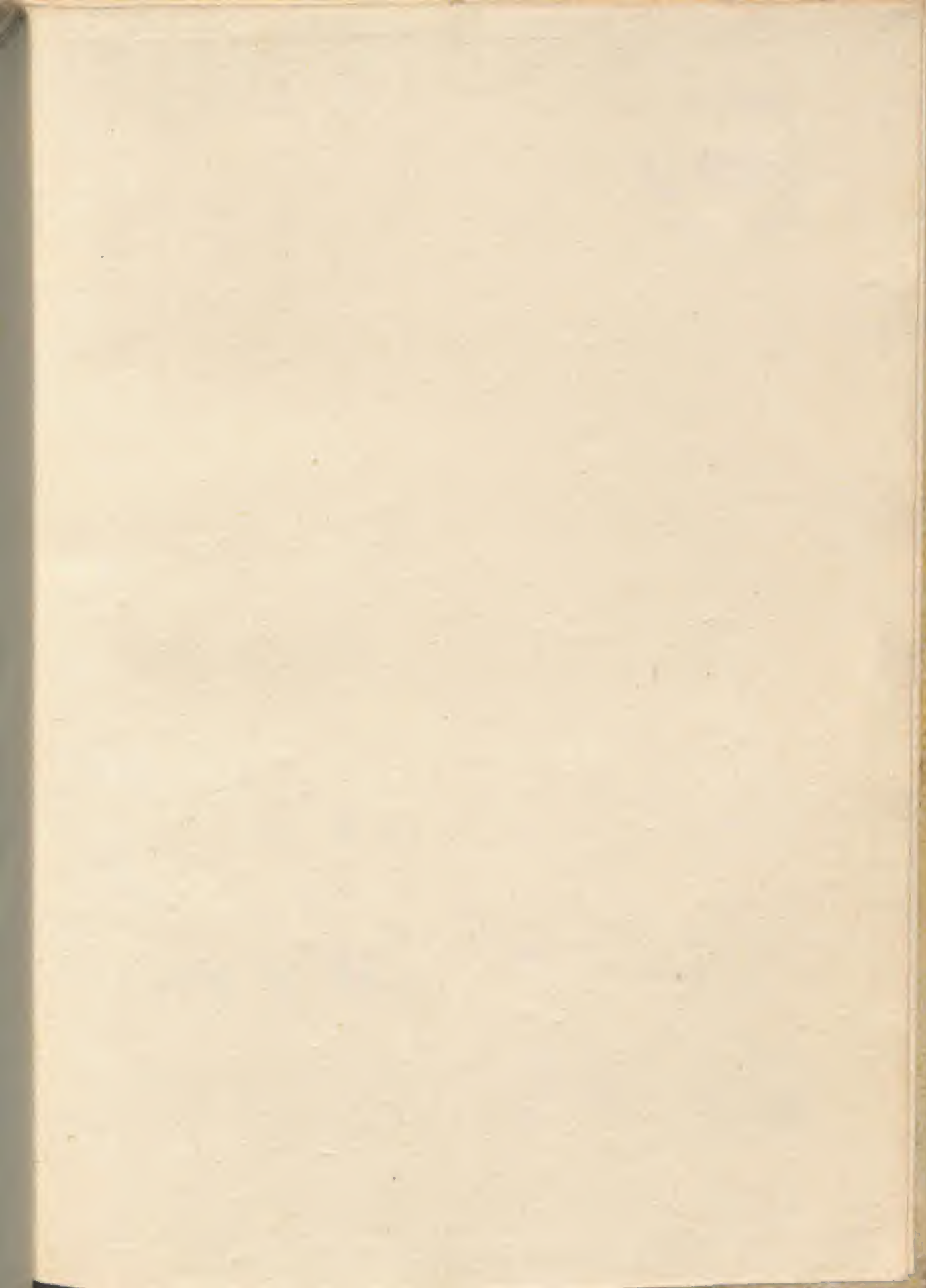


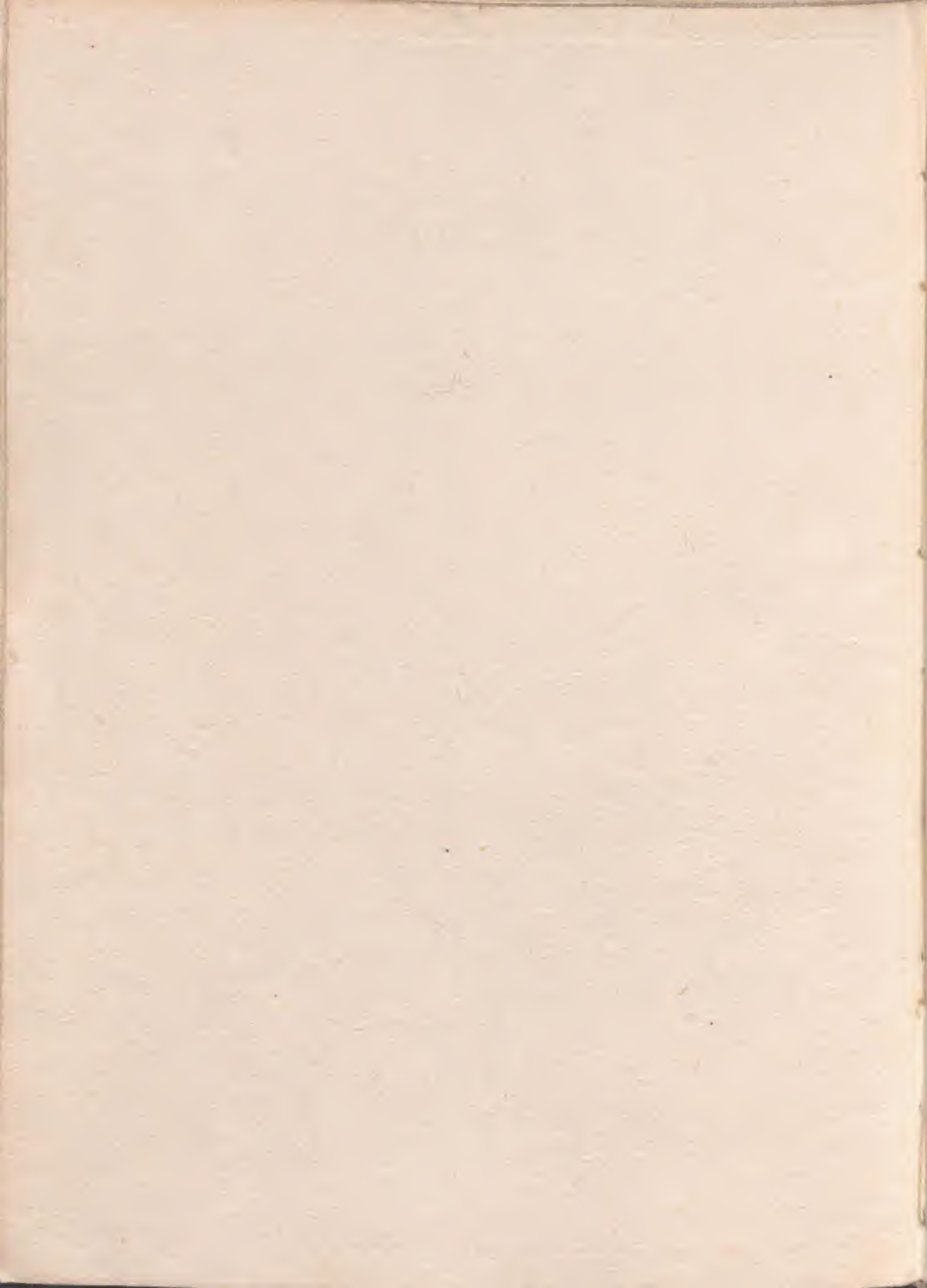
















Accession no. 21443

Regimen sanitatis  
Author Salernitanum.

Regimen ... Augsburg

[1496?] 1

Call no.

Incunabula

R-58

(Goff)

5605

